

# まちぐるみ健康づくり交流会 『地域で取り組む健康なまちづくり』

日時：令和6年12月19日(木)  
午後1時30分～3時15分  
場所：富山市中央保健福祉センター  
参加者：37名

## 活動発表

『地域のつながりを深める  
～顔の見えるコミュニケーションづくりを目指して～』  
清水町地区社会福祉協議会 会長 館川 敬子 氏



### <地域の特性>

- ・富山市の中心部に位置し、いたち川沿いに地区が広がっており、四季折々の風景が楽しめる。
- ・小学校跡地に地区センター、公民館、体育館、ふれあい広場、スーパーなどが整備されたため、利便性の高い位置に地区センターがあることから、サークル活動が活発で、多くの人が集いやすい場所になっている。

### <取り組みの背景>

コロナにより中止になっていた各行事や催し物等の活動を再開しようと、各団体に声をかけたが、参加が少なかった。地域内の親睦や連携の希薄化を強く感じた。これでは「清水町の将来が危うい!」と感じ、地域に必要なつながりを作り直していく時期だと捉え、「つながりを深める」「顔の見えるコミュニケーションづくり」をテーマに活動を行った。

### <活動の工夫>

- ・三世代交流会や夏のフェスティバルなど、こどもから大人まで誰もが参加できる行事を企画した。
- ・スタッフの協力要請にあたり、フレックス制の導入や各団体が横断的に連携できるような役割分担を行い、団体間の垣根を取り払ったことにより、スタッフの負担が減り、参加しやすくなった。
- ・活動の継承と次世代育成を考え、団体内に新しい世代が担う役割(調整・連絡役)を作った。
- ・安心・安全なまちづくりの実現のため、これまでも毎年防災訓練を実施していたが、防災拠点の設置や地区防災計画の策定など防災活動もさらに取り組んだ。



- 団体間の連携が深まり、担い手側の顔の見えるコミュニケーションにつながった。
- 「清水町にこんなにたくさんのこどもがいたの!？」こどもから大人までたくさんの参加があった。

「地区まるごとの取り組み」として、実施できた!



### <今後の展望>

- ・これからも「地区まるごとの取り組み」の効果が継続し、地域全体に広がってほしいと考えている。

当日はたくさんの活動写真や音楽の入ったスライドで、清水町地区のいろいろな事業に参加しているような気持ちになれる発表でした。誰にでもわかりやすい、伝わりやすいということも、清水町の活動の工夫になっています!

### 【講師から】

清水町地区の活動は

- ①自らがエンジョイ(楽しむ)することが、自然と地域の縁・助になっている
  - ②自分たちが主体的になり、「やっている感」「つながり感」が伝わってくる
  - ③自分らしさ(気張らない・自然体)をだせるやさしい活動だから、持続可能な活動になっている
- ゆる～い資源 & なが～い支援で社会的健康度を高めている

参加しているこどもたちが将来自分たちのまちを盛り上げていくことにツナガル

## 講演

『地域で取り組む健康なまちづくり  
～人とつながる!未来へツナゲル!～』  
富山国際大学子ども育成学部 教授 村上 満 氏



『地域全体が健康ちゃどんなことになることけ?』

地域とつながっていくことで地域を Well・being (ウエルビーイング) に。

ウエルビーイングを高める5つの要素

- ①ポジティブな感情、②何かに夢中、③つながり、④やりがい、⑤達成感

地域のつながりで健康を意識できるようになる

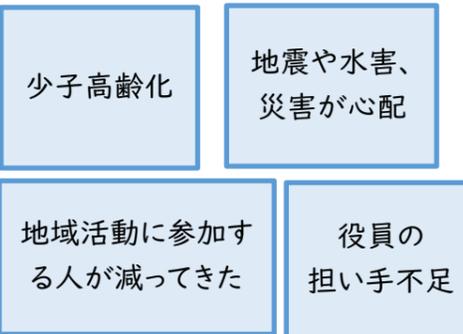
- ①枠「縦割り」という関係を超越
- ②「支える側」「受ける側」という関係を超越
- ③一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創る
- ④包括的なコミュニティ:「世代や分野」を超越

ひとりひとりが配置役(葉)  
みんなが資源×みんなが支援

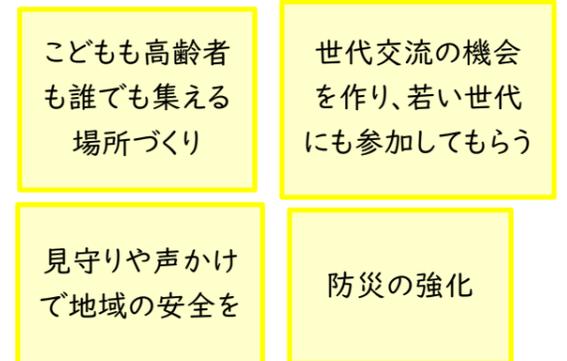
## 意見交換

6グループに分かれて、各地域での活動や思いについて、話し合いました。途中で他のグループの様子を見に行く時間もあり、会場全体で共有することができました。

### 2024「不安なこと困っていること」



### 2025「未来に向けて強化していきたいこと」



### 【講師からの助言】

思いやり算数  
 $1^{365} = 1$   
 $1$ に何をかけても変わらないけど、 $1.01$  だったら、  
 $1.01^{365} = 37.783 \dots$   
 $0.01$  の少しずつの積み重ねが大切...

毎日少しずつの健康づくりで  
地域全体の健康力を高める!

### 【参加者の感想】

- ・他の地域の活動や情報が聞けて参考になった。
- ・地域、町内の関わりがとても大事だと確認した。
- ・こころ・からだが健康な住民が暮らせるまちづくりを目指したい。
- ・何事も受け身ではなくて自分自身の事として、いろいろなイベント等に参加して、地域の活性化のために活動したいと思った。